

コロナ禍で過ごす二度目の夏

お子さんやおうちの方のご様子を聴かせてください

コロナ×こども本部公式LINEアカウントで
2021年8月14～20日に実施したアンケート結果です。
352名の皆様からご回答をいただき、
公開可としてくださった回答の一部をまとめました。



コロナ禍で過ごす二度目の夏〈目次〉

1 自粛生活のつらさ

5 身近な人がコロナになった

2 変わりなし・おだやか

6 ワクチンに関すること

3 去年よりは充実していた

7 そのほかの心配な様子

4 過ごし方を工夫した

8 読んでくださった皆様へ



1 自粛生活のつらさ（その1）

未就学の子の保護者 3月から下の子の里帰り出産（5月に出産、一歳半差）で感染者数の少ない地域で暮らしているため、感染対策をしてショッピングモールに出かけたりしています。田舎のためショッピングモールくらいしか行くところもなく…猛暑や雨でなかなか外に出られず退屈しています。去年はまだ小さく外に出なくても平気でしたが今年は活発になって来て、親も辛いです。

未就学の子の保護者 どこにも出掛けられず本当にやることが尽きてくる。とても手持ち無沙汰な模様。

こどもと接する大人 つまんない！と子どもが言っています。予防は生活の一部になり、当たり前が続いています。

小学生のこども 流石に二回目なので、家にいるのも飽きたしどこかに行きたかった

小学生の子の保護者 行動が制限された中での40日の長い夏休みで、親も迷いの中、あまり楽しめていない。

高校生のこども 全然楽しくありません、毎日が退屈で鬱になりそう、やりたいこともできなくて親が家にいるのが嫌で、兄とも仲が悪くて、早く海外に留学に行きたい。外に出かけてもマスクで体調悪くなるし。

手持ち無沙汰で、退屈な気持ちがあふくってしまう時がありますよね。



1 自粛生活のつらさ（その2）

未就学の子の保護者 子供達にプールやディズニー今年も我慢で帰省もできずに可哀想。私達も毎年の旅行も行けずストレスです。

未就学の子の保護者 一度目の夏よりはコロナのことも理解して、我慢していますが、子どもも親も我慢の限界です。

小学生の子の保護者 プールや実家に帰省する事がいつもの様にできなくて、残念です。子どもも、コロナはいつになったら終わるの？と聞く事が多くなってきたように思います。狭いアパートの中で1日中過ごすことは、親子にとってストレスを感じます。

高校生の子の保護者 関東在住です。私達夫婦の実家のある関西への帰省は今年もやめました。わかってはいても、大好きな従姉妹にも親戚にも会えないのは子ども達はとても残念がっています。何より受験が終わり、今年こそは友達と遊びたい！と思っていた子どもに、遊ぶ事、人と会う事をセーブするよう伝えるのが1番辛いです。本人たちも感染したくない気持ちが強く、他の子達に比べてカナリの我慢をしているのもヒシヒシ伝わってきて、これ以上我慢させる方が精神的に限界（精神のバランスを崩すのでは？）すら感じています。Instagram等で、出歩く人達の情報が流れてしまう事で、我慢している人達が余計に辛い思いをしているように感じています。家族で少しでもリフレッシュできるように、あの手この手で頑張っていますが、中々難しいです。食べる事しか楽しみがない状態なので、色々作って楽しんでいます。運動不足にもなっていてその面も心配です。

先の見えない中で、我慢して、また我慢して、誰もストレスがたまっていく状況です。



1 自粛生活のつらさ（その3）

高校生のこども 遊びにも行けず、学校に行く用事なるべく控えていてつまらない。友達と会えないのが一番辛い

中学生のこども 去年の学校休校の影響、思春期と重なり鬱&不登校になり、かなり大変です、子どもばかりが自粛、自粛、行事など、延期、中止、ばかりでもう辛いです。プール等も全て閉鎖になり、怒りしかありません。

未就学の子の保護者 7月下旬頃まではある程度楽観的で、同居家族以外には会わないものの屋外プールに行ったりしていましたが、八月はデルタ株の蔓延がこわく、基本的に在宅で過ごしています。生後1か月の赤ちゃんもいるので、保育園に行って風邪をもらってくるとギスギスした雰囲気になり、上の子にも下の子にも申し訳ない気持ちです。手洗いや消毒など、平時だったらもう少し見逃せていたのに、今は徹底してやっているか監視しているような状態です。習い事の体験や博物館などへのお出かけなども当初は考えていましたが、あきらめました。親もイライラ、子供は大きく成長できる夏の機会を奪われて可哀想でなりません。

未就学の子の保護者 外は暑くて公園で遊ばせられないし、室内の遊び場等は閉鎖されてしまったりで、なかなか思うように遊ばせてあげられない。また感染者数もかつてないほどに増えており、普段の外出すら慎重になってしまうし、家族や友人にもなかなか会えない状況で、子どもの成長の機会を逃しているのではないかと不安になっている。

できたはずのことを、できない、させてあげられないのは、くやしいですね。



1 自粛生活のつらさ（その4）

小学生の子の保護者 子供は出かけられないのが当たり前で諦めています。

小学生の子の保護者 昨年と同じように、極力人混みにいく機会を減らしています。どうしても出かける際はマスク、消毒薬を持ち歩きました。子どもたちは出かけたいたいものの、現状をわかってるようで我慢してくれています。

小学生の子の保護者 学年が上がったのと、昨年の臨時休校や学童に通えなかった期間で、一人で留守番するのに慣れた。この夏は学童保育に行かずほとんど一人でお留守番。2週間ほど靴を履かないのもザラ。一方去年は外出の全てが禁じられるムードだったが、今年は家族単位でのテント泊のキャンプには出かけた。真面目で言われたことを素直に聞く子どもたちには、自粛すべきこととセットで、しても良さそうなことを伝える必要がありそうと感じた。

小学生の子の保護者 諦めモードです。どこにもお出かけ出来ない、何も楽しくない……と、どんよりしています。スーパーの駐車場などで県外ナンバーが多いのを見て「自分は我慢しているのになんでだろう」と泣いたりしています。

小学生の子の保護者 オリンピックは開催するのに、お盆は移動禁止など、政府のダブルスタンダードな方針に疲れ果てています。感染拡大による、習い事やイベントの中止が相次ぎ、子供たちの精神面のフォローも大変です。

自粛をがんばっていらっしゃるからこそ、いろいろな悩みやつらさがありました。



2 変わりなし・おだやか

未就学の子の保護者 3歳の娘はコロナ対策にはすっかり慣れた様子で、室内ではマスクなど身につけています。遠出出来ないのは残念ですが出来ることをして楽しんでいます。

小学生のこども 塾があるので、コロナがあっても無くても変わらない

小学生の子の保護者 昨年と特に変わりなく過ごしています。帰省も所属クラブの活動ありませんが、それなりに楽しんでいるようにもみえます。

小学生の子の保護者 学校の行き渋りがあって保健室登校だったりしたので、夏休みに入ってホッとしている感じです。今年は夏休みが長くて良かったと言っています。

小学生の子の保護者 発達障害の子どもです。学校や集団生活は刺激が強く毎日クタクタになってしまうような子です。その様な過敏さのある子の中には、新しい生活様式になってから、生活がしやすくなっている子どももいます。今のコロナ禍になってからお家で過ごすことを他の人からとやかく責められないので、親子ともども気を楽に夏を過ごしています。ただ、集合住宅に暮らしていると、マスクをせずに共有部分に出てきて話したり咳くしゃみをする人がいるので、それを子どももこわがっています。

中学生のこども 部活は普通にあるし、あんまり変わらない。だけど、帰省できないので悲しい。

大きく変わらなかったり、おだやかでいられたり、安定した夏休みの人もいました。



3 去年よりは充実していた

未就学の子の保護者 昨年よりは普通に出かけています。
子どもも3歳になり幼稚園に入る最後の夏なので思い出を作ってあげたいので。

小学生の子の保護者 旅行や帰省はできませんが、毎日学童で友だちと遊び、
土日にはスイミングなどの夏季教室へ参加し、はじめての夏休みの宿題にも奮闘し、
それなりに楽しく充実して過ごしています。

小学生の子の保護者 昨年は夏休みも短く、夏らしいことは一切できなかった。
今年小2の子供は、初めての夏休み、学童に行ったり、母の作るお弁当を楽しみに
してくれたり、公園に遊びに行ったり、夏らしいことは去年よりはできている。
「これが夏休み」というものを理解してくれていて、親も「小学生の夏休み」を追体験して
いる感覚がある。ただ、友達と遊ぶ機会は多くない。学童でいろんな企画をしてくれている
ので、楽しんでいるのが救い。しかし、そこも自粛要請が出ている。

小学生の子の保護者 去年よりは充実した生活を送っています。ただ一年以上も経つのに、
医療体制が全く改善されておらず、感染した場合に不安は残ります。

中学生の子の保護者 7月末に(中学2年にして)初めて部活での大会が開催され、
充実した日を過ごしていました。その後、デルタ株による感染拡大により、
遊びの予定は中止し、ステイホームの夏休みに。本人はストレスが溜まっているようです。

去年の経験をふまえて、制限がある中でも、充実を感じている人もいました。



4 過ごし方を工夫した（その1）

未就学の子の保護者 去年は子供が0歳だったので家で過ごすことが多かったが、1歳になった今年は歩きたくて仕方がないので、外をお散歩したり人の少ない時間帯を狙ってショッピングモール行ったり、お家でパパとプールしたりです。工作なんかも一緒にできるようにになりました！ただもう遊ばせてあげるレパートリーが…😓😓

未就学の子の保護者 世の中の状況に合わせて、あそびに行く先を決めています。水族館なども工夫されていて、入場人数を限定してショーを開催していたり、少しでも安心できる状態で、子どもの経験を増やしていきたいと考えています。

未就学の子の保護者 子どもが運動不足にならないよう、早朝の人が歩いていないところを狙って、散歩しています。家の中でも防音マットを利用するなど工夫して、体を動かして遊ばせています。

未就学の子の保護者 より親子のコミュニケーションを大切に過ごしています

未就学の子の保護者 実家へ子供たちを連れて帰ることもできなくなってから久しく、今年はお盆もこの通り雨で頼みのプール遊びもできず、家で燻っているような感じです。雑巾がけリレーなど体力を使わせる遊びや工作的なもの、YouTubeで機関車や花火の映像をポップコーンなどのおやつで特別感を持たせて、旅行へ行った気分風にさせています。5歳娘は映像を見ると、ここにいきたい！コロナなんて早くどっか行って！と言っています。これはこれで楽しいですが、このままこの先の夏、子供達は遊びに行く楽しみも少ないまま過ごすのかなと思うと寂しく感じます。親の工夫次第と思いつつも、今しか得ることができない子供ながらの体験をさせてあげたいです。

こどもたちの体験を大切にしてくださっているご様子が伝わりました。



過ごし方を工夫した（その2）

小学生の子の保護者 旅行やお出かけなど出来ませんが、早起きして近所の公園でカブトムシを捕まえたり、近所でブルーベリー狩りしたり、と近場でも工夫して夏らしいことを体験できるように、工夫して遊んでいます。

小学生の子の保護者 ゲーム、宿題、新しいペット、兄弟の遊び、隣にすむ祖父母と過ごすなど子供もコロナ禍の状況を理解しながら楽しく過ごしています

小学生の子の保護者 近所の図書館で頻繁に本を借りたり、森に行ったり、子供たちにストレスの無いように心がけています。

小学生の子の保護者 何年気温が上がリ、熱中症の可能性のある危険な夏を逆にステイホームのチャンスと考え、なるべく、クーラーのきいた家で宿題をしたり自主学習したり、工作やカードゲームなど充実した夏休みを過ごしていました。

小学生の子の保護者 夏休みに入ってから2年生の娘が2週間くらい、ちょっとしたことでギャン泣きの日々でした。学校のお友達は沖縄へ旅行へ行く、海へ行く、ユニバへ行くと言っていたと、そこへの不満もなんとなくあるのかな？と感じました。自分もおばあちゃんちへ行きたい、遊びに行きたい、でもコロナも怖い。そんなモヤモヤや揺れがあるように今、振り返ると思います。今は少し落ち着いてきています。お祭がないので家でくじ引きやビンゴ大会、プチトマトすくい、おうち屋台などして楽しみました。その辺りから少しおうちで楽しく過ごす方へ気持ちが切り替わったのかもしれない。

身近なところで、楽しく過ごせるヒントが見つかることも・・・!



小学生の子の保護者 限られた範囲内での生活が続き、大人も子供も自粛疲れを感じています。海プールの代わりにビニールプールを購入したり、子供テントでキャンプごっこをしたり、沖縄や北海道グルメをオンライン購入して旅気分を味わったり…色々工夫して楽しい夏休みを過ごせるよう心がけていますが、だいぶ限界を感じているこの頃です。とはいえ、子供たちもコロナの脅威を理解していて、「今年も我慢になっちゃったけど来年こそは旅行に行こう！」と未来へ光を持って過ごしてくれて助かります。ウィルスを“コロナちゃん”と呼び、ゲームキャラのように変異株をボスキャラに見立てて話している様子は微笑ましくもあり、人生の楽しい時期をこのような状況で過ごさなければならぬことを可哀想にも思います。（中略）あまり期待しすぎず、今はただ毎日を無事に楽しく乗り切ることを家族で工夫し続けようと思います！

小学生の子の保護者 夫は自分が休みの時はどこかへ子供を連れて出かけたそうですが、子供は学校で教室解放をしてくれているのでそこに行ったり、近所で遊ぶのにも慣れてあまり不満はなさそうです。私はなるべく子供と関わるようにして、一緒に虫捕りをしたり、家事を教えたり、少し難しい勉強を一緒にしたりするようにしています。

中学生のこども 部活動は東京都の緊急事態宣言発令のため、夏休みは自粛となりました。Zoomを使って先輩たちと練習をしています。ずっと家にいて宿題や読書、ゲームをしています。家族とカードゲームをしたりピアノを弾いたり、スペースレールと言うピタゴラスイッチ的なものを作って時間を潰しています。オリンピックは家で家族で観戦しました。



5 身近な人がコロナになった

小学生の子の保護者 暇です。自身の子どももクラスメイトに感染者がでて検査したり、遊ぼうと約束した子にもコロナ関係で何かあったりして、コロナが身近に迫っているのを実感しています。昨年につづき、体験が少ない夏休みになっています。

小学生の子の保護者 今回、濃厚接触者になり、自宅待機2週間過ごしています。暇だ暇だと子どもから言われてもどこへも行けずせっかくの夏が残念です。

未就学の子の保護者 夫の職場でも濃厚接触者や陽性・入院する人が毎日のように発生していて、昨年よりも緊張感がある

未就学の子の保護者 保育園でクラスターが発生し、保育園が休園になっています。たまたま夏休みを取っていましたが、さらに1週間追加で年休を取得して、自宅自粛をしています。我家は濃厚接触者にはなりませんでしたが、自宅でもマスク着用し、外出は極力控えています。

小学生の子の保護者 変わらず旅行も行けず。田舎に引っ越しましたが今回の変異種の感染増で周りにも感染者が出てきたため不要不急のこと以外は家から出られません。医療の逼迫、オリンピック、国からは何も手当がなく不安ばかりです。

これまでよりもずっと近いところで、コロナの感染を見聞きするようになってきました。



6 ワクチンに関すること

未就学の子の保護者 自分は2回ワクチンを打ったものの、状況はあまり改善されていないどころかδ株の感染力の高さが昨年より怖いのに世間の人々の意識は低下(自粛疲れ)しているため、去年と同程度かそれ以上に出かけられない夏となっています。

未就学の子の保護者 私や子どもの祖父母はワクチンを2回接種できたが、夫の職域接種がワクチン不足で延期されてしまった。ワクチンの接種スケジュールがそれなりに上手くいったので今年の夏は帰省したが大っぴらに周りに言えないのが歯痒い。

未就学の子の保護者 新規感染者数の増加が止まる心配がない状況のため、どこかに出かけようにも子どもたちへの感染が心配で躊躇しています。私たち夫婦は医療職のためすでに2回目のワクチン接種を終えています。ワクチンを打つことができず、またマスクもできない子どもたちは依然無防備な状態です。そんな状況ですが、上の子がもうすぐで3才になり、行ってみたい場所などを話してくれるので誕生日の思い出を作りたいと思っていますが、感染リスクを天秤にかけると悩んでしまいます。

未就学の子の保護者 ワクチンは旦那と私はワクチン2回接種済み。娘も一回接種済み。でも自閉症で感覚過敏の子のワクチン接種について情報がなく迷って、医師達と相談し、発達障害者支援センターにも相談しました。発達障害者のコロナ感染やワクチンについて、まとまった情報が無く困っています。

ワクチンを打った人、打つことができない人、接種に配慮が必要な人がいます。



7 そのほかの心配な様子

中学生の子の保護者 息子は、昼夜逆転、スマホでゲーム、テレビでYouTube、PCでチャット。私が、生活態度や宿題、2学期以降の学校生活について口にすると、執拗に嫌がらせをしてくるか暴力をふるいます。精神科の薬を服用してはいますが効果は今一つ。日々、絶望しか感じません。

高校生の子の保護者 子どもは通信制の高校生であるので、コロナ禍とはあまり関係ないかもしれないけれど、普段出掛けることはほとんどなく昼夜逆転生活、引きこもり生活です。朝ごはんは、食べず。昼も夜も自室にこもってご飯を食べていて、会話もラインかドア越しです。

こどもと接する大人 学校での相談で、子供自身がSOSを訴えるような行動が増えています。とくに、性的な逸脱が増えているように感じます。バランスをとってきたものが揺らいでいて、周りの大人が戸惑っています。大人も自分を保つだけで精一杯で、余裕のある対応が出来ずに膠着してしまいます。

未就学の子の保護者 とにかく家から出ないので、ゲーム・動画が中心になっている。子供が自閉症だが、多動や自傷（さかむけをやたら引っ張ってしまう）が増えたように思える。

未就学の子の保護者 コロナ受け入れで忙しく、こどもと接触できる時間が減少しています。

生活のリズムや心のバランスをたもつことが難しくなっています。
こどもはもちろん、支える大人自身のケアが求められます。



8 読んでくださった皆様へ

LINE夏休みミニアンケート「コロナ禍で過ごす二度目の夏」の結果をご覧いただきました。

やるせない思いをしたり、なんとか工夫をしてみたり、いつも通りだったり、それぞれの夏がありましたね。

遊びや学びの確保、休園・休校への対応、ワクチン、大人も限界・・・などさらなるモヤモヤが生じていることが伝わってきました。

また、これまでの経験をバネにして前向きな力に変えていっている方もいらっしゃいました。

率直なお気持ちを打ち明けてくださってありがとうございます。

こうした状況をふまえて、より広くたくさんのお子さんやおうちの方の声がかきちんと社会に届くようサポートしたいと、いっそう感じています。

引き続き、皆さんからの声をもとに、アンケートや情報発信に尽力していきます。どうぞよろしく願いいたします。

